



Urmașii lui Sihleanu

*Revistă editată de Primăria Sihlea
Nr.9, anul IV, septembrie 2011*





Urmasii lui Sihleanu

Coordonator
primar **ENE STOICA**

Manager proiect
dir. Cultural prof.:
TUTA CIOBANU
[Http://sihleaprimarievrancea.ro](http://sihleaprimarievrancea.ro)

Din sumar:

Primăria la dispoziția dumneavoastră

Cultura

Poezia în luna septembrie

Religie

Sfatul medicului

Între noi femeile

Fapt divers

Revista aceasta este
considerată
a fi
“**oglininda comunei noastre**”
cu bunele și relele ei,
tocmai de aceea
vă rugăm să
veniți în sprijinul
celor care o
redactează, cu sugestii!

FAPT DIVERS

O fetita o intreaba pe mama sa:

- Mama, mama... de ce tata e asa de chel?
- Deoarece are multa minte.
- Dar de ce tu ai asa de mult par pe cap?
- Mananca si taci!

La ora de muzica:

- Domnule profesor, mama mea spune ca am voce...
- Nu conteaza ce sustine mama ta. Vecinii ce zic?

La spital o tanara foarte frumoasa asteapta in hol, pe un pat rulant, sa fie condusa in sala de operatie, pentru o mica interventie chirurgicala. Este putin ingrijorata, cu atat mai mult cu cat orele se scurg si nimic nu se intampla. Intr-un final, un tip imbracat in alb din cap pana-n picioare se apropie, ridica cearsaful care o acoperea si ii examineaza corpul gol, din cap pana-n picioare. Dupa aceea pune cearsaful la loc si se indeparteaza putin pentru a discuta cu alte "halate albe". Un al doilea om din grupul celor imbracati in alb se apropie, ridica cearsaful si o examineaza, dupa care pleaca si cand un al treilea halat alb se apropie si ridica cearsaful pentru a o examina, femeia i se adreseaza ingrijorata:

- Am inteles ca e nevoie de mai multe examinari, dar pana la urma cand ma operati?

Omul in halat alb ridica din umeri:

- Habar n-am! Noi suntem aici ca sa vopsim holul.

La tara, la marginea unui camp, un pictor tocmai isi instalase ustensilele de pictat. In fata lui se afla o turma de oi si o

tanara oierita. Pictorul o intreaba:

- Imi dai voie sa-ti pictez oile ?
- Va rog, domnule, nu. As dori sa ramana albe.

O tanara intra intr-un bar goala pusca.

Comanda un pahar. Barmanul se uita lung la ea. Tanara intreaba:

- Nu ai mai vazut femeii goale?
- Ba da, dar sunt curios de unde scoti banii

. Ridica receptorul tatal a trei fete:

- Tu esti, broscuto? se aude o voce de barbat.
- Nu. Eu sunt proprietarul lacului!

Mamico, vreau sa te rog ceva!

-Ce e, fetita mea?

-Imi doresc foarte mult un frator, nu am cu cine sa ma joc.

-Bine, o sa vorbesc cu taticul, dar nu stiu daca o sa accepte, un copil costa foarte scump in ziua de azi.

-Macar unul micut, mic de tot si slabut, poate e mai ieftin!

O cucoana se duce cu fata la medic.

-Ce are fata doamna ?

-Pai, sa vedeti, este anemica, nu are pofta de mincare, este palida, etc. etc.

Consulta medicul fata, dupa care zice:

-Nu are nimic fata, dar i-ar trebui un barbat!

La care fata intreaba :

-Dom`doctor, dar unul ajunge?

Parintii mei au innebunit, spune o pustioaica de 16 ani prietenei sale.

Dintr-o data le place cum ma imbrac, cum ma port mi-au dat voia sa ma tatuez si de atunci viata nu mai are nici o atractie pentru mine!

Un pescar cumsecade avea obiceiul sa mearga in fiecare Duminica (dis de dimineata) la pescuit. Intr-o zi se trezi ca de obicei, sa mearga la pescuit.... se pregati si iesi pe usa,, dar afara ploua cu galeata....se razgindisi se intoarse in casa ...se dezbraca si se baga iar in pat. Dar nevasta-sa intinde mina somnoroasa si simti ca-i ud zice:

-Ploua afara?! Hmm.... si prostu de barbatu meu sa dus iar la pescuit



ÎN TRE NOI FEMEILE

Salată multicolorată

Ingrediente:

- 1 castravete;
- 150 g orez lung;
- 2 oua fierte;
- 1 ardei rosu;
- 200 g sunca de praga;
- sare, piper.

Mod de preparare:

1. Spala orezul, dupa care pune-l la fiert in apa cu sare.
2. Dupa ce a fiert, trece-l printr-un jet de apa rece.
3. Intr-un bol, amesteca orezul, sunca de praga si castravetele taiat cubulete, ardeii grasi si ouale taiate marunt. Potriveste gustul de sare si piper.
4. Serveste salata dupa ce a stat la rece cateva minute. Poti sa adaugi in salata si 1-2 linguri cu maioneza light. Pofta buna!

Salata de fasole cu hrean

Ingrediente:

- 500 g fasole boabe (cu boabe mici);
- 250 g ceapa;
- 200 g hrean;
- 150 ml ulei;
- 100 ml otet;
- marar, patrunjel, sare.

Mod de preparare:

1. Se fierbe fasolea, avand grija ca boabele sa nu se farama, se clateste cu apa rece, se lasa sa se scurga bine.
2. Ceapa se taie felii subtiri, se freaca cu putina sare si se trece repede sub un jet de apa rece.
3. Hreanul ras se amesteca cu uleiul, sarea, otetul diluat cu apa rece si verdeata, potrivit dupa gust cat de acrisoara vrem sa fie salata.
4. Fasolea se amesteca cu ceapa usor, ca boabele sa nu se sparga, si se adauga pe deasupra hreanul si celelalte ingrediente.
5. Se poate consuma ca atare sau ca garnitura la carnaciori prajiti. Pofta buna!

? Salata de ciuperci

Ingrediente:

- 3 morcovi mijloci;
- 6 cartofi mari;
- 5 castraveti murati;
- 7 catei de usturoi;
- 1 cutie ciuperci;
- 1 legatura marar, 1 legatura patrunjel;
- 2 oua fiert, sare, piper dupa gust, maioneza.

Mod de preparare:

1. Se fierb cartofii si se taie marunt, la fel si castraveciorii, in cubulete.
2. Usturoiul, curatat, se taie feliute subtiri, ciupercile, spalate, se taie si ele marunt.
3. Se amesteca toate la un loc si se pun sarea, piperul si ouale taiate marunt, apoi se adauga maioneza si verdeata. Pofta buna!

Prof. Tuța Ciobanu



Este mai bine să lăsăm viața să vorbească despre noi în locul cuvintelor – Mahatma Gandhi

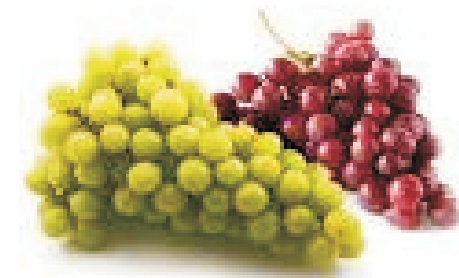
Să ducem totul la bun sfârșit!

Uneori, oricât am vrea să finalizăm ceea ce dorim sau ne-am propus, se întâmplă să nu avem puterea de a finaliza. Atitudinea pe care o adoptăm este aceea de a da vina pe oricine, mai puțin pe noi înșine. Ne putem oare educa voința de a reuși să ducem totul la bun sfârșit?

Tuturor ni se întâmplă câteodată să renunțăm la unele proiecte în care suntem implicați. Chiar și când este vorba de ceva ce ne-am dorit cu adevărat. Uneori, lucrurile par să devină mai dificile decât crezusem. Pentru unele persoane, această atitudine poate deveni un mod de viață. De ce nu poți duce la bun sfârșit ceea ce ai început și cum poți rezolva această problemă?

Nu fugi de realitate! A duce la bun sfârșit ceva, de orice natură, presupune o confruntare cu viața, o realizare, indiferent de efortul pe care trebuie să-l faci. Pentru că a-ți atinge scopul te duce deja în altă treaptă a existenței, aceea a succesului, a mulțumirii (justificate) de sine. Și chiar dacă nu ajungem aici, dacă rezultatele nu sunt chiar așa cum ne-am dorit, tot avem sentimentul de bine pe care ni-l dă strădania de a ne atinge scopul, visul, de a ne împlini dorința.

De multe ori, teama de eșec și dorința de a ne proteja de o dezamăgire sunt cauzele pentru care amânăm sau renunțăm la ceea ce ne-am propus. Efortul pe care îl presupune însă atingerea unui țel și mai ales o finalitate în sensul dorit ne fac să conștientizăm adevărata putere de care dispunem. Așa că merită să ducem totul la bun sfârșit! Asumându-ne și riscurile!



Primar, ENE Stoica



Primaria la dispoziția dumneavoastră

Multă transparență la Primăria Sihlea

Bugetul local al comunei Sihlea aprobat conform prevederilor bugetare pentru semestrul anul 2011 a fost în suma de 2063000 lei la partea venituri și la partea de cheltuieli 2083000 lei.

La partea de venituri prevederile de 2063 000 lei au fost realizate în suma de 1798879 lei

La partea de cheltuieli prevederile au fost în suma de 2083000 lei iar realizările sunt de 1754081 lei în procent de 84.20 % fata de planificat și 97.51 % fata de veniturile realizate.

Analizând la nivel de titluri pe total buget local situația se prezintă astfel:

Cheltuielile de personal planificate au acoperit necesarul de cheltuieli fiind achitate în funcție de prevederi toate drepturile și contribuțiile salariale pentru personalul institutii

Cheltuielile materiale planificate au acoperit parțial plata facturilor având furnizor de plată 10.000 lei.

Cheltuielile de capital planificate au au fost suficiente pentru plata facturilor primite , cu mențiunea ca la capitolul invatamint unde avem lucrari de investitii finantate din subventii de la MEC suma restanta de plată este de 41988.88 lei.

Pentru programul cu finanțare din fonduri europene au fost efectuate plăți în suma de 197000lei

Contul 231 investitii în curs prezintă la sfîrsitul perioadei sold în suma de 956730.72 aferent investitiilor aflate în derulare.dupa cum urmeaza:

Obiectiv de investitii scoala Sihlea.....129025.60

Obiectiv de investitii scoala voetin.....572889.12

Reabilitare DMT Bogza.....140000 lei

Reabilitare Camin cultural Caiata.....65000 lei

Obiectiv de investitii Baza sportiva comuna Sihlea49816 lei



Contabil,
Valentina Pascu

Conform Hotărârii nr.21 din 30.04.2009 privind atribuirea de denumiri de străzi în satele componente ale comunei Sihlea ,pentru a duce la îndeplinire prevederile acesteia s-a procedat prin deplasarea în teren, la identificarea proprietăților constând în clădiri și terenuri și la atribuirea de nume de ordine acestora, în funcție de străzile pe care sunt situate , străzi ale căror nume au fost atribuite prin H.C.L. nr. 21 din 30.04.2009, urmând să se execute plăcuțele cu denumirea străzilor și numărul imobilului .



Birou Impozite si Taxe
Ion Pitulac

Mod de preparare

1. Stafidele se lasa sa se inmoaie cu romul 30 de minute.
2. Morcovii curatati si rasi prin razatoarea cu gauri mici se amesteca cu stafidele.
3. Zeama de portocala si cu 50 g nuci taiate in felii.
4. Se aseaza in cupe de sticla, decorandu-se deasupra cu samburi de nuca intregi.
5. Se serveste rece, de la frigider. Pofta buna!

? Salată de țelină cu piept de pui

Ingrediente:

- 1 piept de pui;
- 3 teline mici;
- 1 mar;
- 1 morcov;
- 3-4 linguri maioneza;
- sare, piper.

Mod de preparare:

1. Fierbeti pieptul de pui, si rece il tai cuburi.
2. Telina, marul si morcovul spalate si curatate de coaja se trec prin razatoare mare.
3. Amesteci legumele cu pieptul de pui, adaugi maioneza, sare si piper.
4. Amesteci bine toate ingredientele si lasa la rece cel puțin 1/2 ora înainte de masa. Pofta buna!

? Salata de cartofi

Ingrediente:

- 5 cartofi mari;
- 5 lingurite tocate frunze de patrunjel;
- 1 ceapa mica taiata;
- 1 lingura mustar;
- 3/4 lingurita tarhon;
- 1/2 lingurita usturoi pisat;
- 1/2 cana otet alb;
- 2-3 cana ulei de salata.

Mod de preparare:

1. Fierbeti cartofii in apa 30 de minute.
2. Curatati-i de coaja si taiati-i felii.
3. Puneti cartofii, patrunjelul si ceapa intr-un castron larg.
4. Amestecati usor sosul cu cartofii.
5. Lasati castronul sa stea la temperatura camerei timp de 3 ore. Pofta buna!

Salata asortata

Ingrediente:

- 500 g cartofi;
- 100 g mazare;
- 1 sfecla rosie coapta;
- 100 g smantana;
- 2 lingurite de tarhon;
- 1 ou fiert;
- masline;
- sare, piper.

Mod de preparare:

1. Fierbeti cartofii in apa sarata, curatati-i de coaja si taiati-i felii.
2. Coaceti sfecla si taiati-o foarte fin.
3. Puneti in salatiara, cartofii, sfecla, mazarea, tarhonul, smantana, galbenusul fiert si sfaramat, sare si piper.
4. Garnisiti cu masline. Pofta buna!





MEDICUL VĂ SFĂTUIEȘTE

Gustări sănătoase cu cel mult 100 de calorii

Dacă ai început o dietă sau pur și simplu dorești ca gustările dintre mese să nu-ți pună silueta în pericol, trebuie să alegi cele mai sănătoase gustări, care să nu conțină mai mult de 100 de calorii

Iaurt natural

Un pahar cu iaurt natural conține numai 45 de calorii. Iaurtul este foarte sănătos, întărește imunitatea, te ajută să te menții în formă și îți oferă senzația de sațietate mult mai repede decât atunci când este consumat înainte de masă.

Iaurt natural cu cereale

100 de ml de iaurt degresat cu o jumătate de ceașcă de cereale integrale conține 100 de calorii. Cerealele sunt foarte sănătoase, reglează tranzitul intestinal și îți oferă energia zilnică de care ai nevoie.

Suc de roșii

Un pahar cu suc proaspăt de roșii conține numai 70 de calorii. Roșiile sunt o sursă bogată de fibre, păstrează nivelul normal al glicemiei și reduc nivelul colesterolului.

Brânză de vaci

50 de grame de brânză de vaci și o felie de pâine de secară conțin 100 de calorii.

O felie de brânză și o pară

O feliuță de brânză telemea și o pară nu au decât 100 de calorii. Prin conținutul bogat de fibre solubile, perele sunt foarte sățioase și reduc pofta de mâncare.

O felie de pâine cu pateu vegetal

O felie de pâine de secară cu pateu vegetal conține 100 de calorii. Soia este o alternativă sănătoasă a cărnii, iar pâinea de secară conține substanțe care ajută la arderea grăsimilor și la menținerea elasticității pielii.

Măr

Un măr conține 52 de calorii. Merele sunt foarte sățioase și te ajută să mănânci mai puțin. Bogate în fibre, merele normalizează nivelul colesterolului și luptă împotriva constipației.

Pepene galben sau roșu

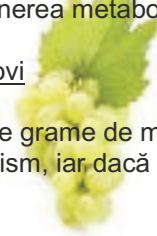
Trei felii de pepene galben sau o felie de pepene roșu au 60 de calorii. Pepenele roșu, foarte bogat în lycopene, antioxidanți și vitamine din grupa B îți oferă porția de energie, iar pepenele galben este o sursă excelentă de vitamina A, vitamina C, potasiu și fibre.

Ou fiert

Un ou fiert tare nu conține mai mult de 76 calorii. Având un conținut bogat de proteine, ouăle ajută la menținerea metabolismului și îți oferă senzația de sațietate.

Morcovi

100 de grame de morcovi nu au decât 35 de calorii. Morcovii ajută la eliminarea toxinelor din organism, iar dacă sunt consumați zilnic îți vor da energia de care ai nevoie.



Doctor Cristina Cocirlea

Salată de ton cu măsline și busuioc

Ingrediente:

- 1 legatura legume pentru supă;
- 1 frunza dafin;
- sare, piper;
- 200 g ton (1 conserva);
- 2 linguri suc de lamaie;
- 4 linguri ulei de măsline;
- 1 legatura busuioc;
- 2 catei de usturoi;
- 30 g măsline verzi fara samburi.

Mod de preparare:

1. Legumele se spală, se curată și se taie cuburi mici.
2. Se opăresc în 500 ml apă fiartă cu foaia de dafin.
3. Se fierb în continuare la foc mic 10 minute.
4. Peste legume se adaugă și peștele și se lasă acoperit cam 8 minute.
5. Ceapa decojită se taie în sferturi, se fierbe puțin cu peștele și apoi se scoate.
6. Sucul de lamaie se amestecă cu uleiul de măsline, sarea și piperul.

Salată de ceapă

Ingrediente:

- 1 kg ceapă;
- 250 g măsline;
- 200 g castraveti murati;
- ulei, otet, patrunjel, sare, piper.

Mod de preparare:

1. Se pune ceapa curată pe o tavă și se lasă cam o oră la cuptor.
2. După ce s-a copt se lasă să se răcească, apoi se curată de coajă.
3. Se taie castravetii în rondele și se adaugă măslinele peste ceapa tăiată.
4. Se prepară sosul din: otet, sare, piper, ulei, amestecate.
5. Se toarnă sosul peste ceapă, castraveti și măsline, se amestecă.
6. Se spală patrunjelul, se taie fin, după care se presară peste ingredientele de pe platou.
7. Salata poate fi servită drept garnitură la friptura sau poate fi consumată simplă, mai ales de persoanele care țin regim. Pofta bună!

Salată de țelină cu gogoșari

Ingrediente:

- 2 țeline rase;
- 1 gogosar sau 1 ardei roșu;
- 2 linguri smântână;
- 1/2 lamaie;
- sare, piper.

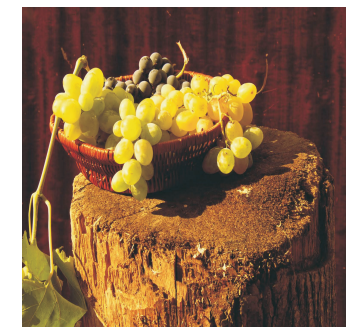
Mod de preparare:

1. Se amestecă țelina rasă cu sosul făcut din smântână și lamaie.
2. Se ornează cu felii de gogosar roșu. Pofta bună!

Salată de crudități

Ingrediente:

- 500 g morcovi (carote);
- 1 portocală;
- 100 g zahăr;
- 30 g stafide;
- 1 lingură rom;





Obiceiuri de Ziua Crucii



Ziua Crucii (14 septembrie) este data ce vestește sfârșitul verii și începutul toamnei. Principalele obiceiuri și practici de schimbare a anotimpului călduros (vara) cu unul rece (toamna) sunt concentrate în jurul echinocțiului de toamnă și se manifestă cu ocazia unor sărbători religioase sau populare ce ating maximul la Ziua Crucii. Calendarul popular consemnează această zi și sub alte denumiri cum ar fi Cârstovul Viilor sau Ziua Șarpelui. Sub prima denumire, ziua este cunoscută mai ales în zonele deluroase și sudice ale ținutului, în zonele viticole, marcând începutul culegerii viilor, iar sub denumirea de Ziua Șarpelui este cunoscută pretutindeni. Acum se crede că șerpii și alte reptile încep să se retragă în ascunzișurile subterane, hibernând până în primavara următoare, la 17 martie (Alexiile). În lumea satelor încă se mai crede că șerpii, înainte de a se retrage, se strâng mai mulți la un loc, se încolăcesc și produc o mărgică numită "piatra nestemată", folosite pentru vindecarea tuturor bolilor.

De Ziua Crucii se strâng ultimele plante de leac (boz, micșunele, mătrăgună, năvalnic) ce se duc, împreună cu buchetele de flori și busuioc, la biserică, pentru a fi puse în jurul crucii și a fi sfințite. Plantele sfințite se pastrează, apoi, în casă, la icoane sau în alte locuri ferite, fiind folosite la nevoie în vindecarea unor boli sau sunt utilizate la farmecele de dragoste (năvalnicul). Se consideră că acum florile se plâng una alteia pentru că se usucă și mor iar cele ce înfloreau după această zi (brândușa de toamna) erau socotite flori ale morților.

Busuiocul sfințit de Ziua Crucii se pune în vasele de apă ale păsărilor, pentru a le feri de boli, în lăutoarea fetelor, pentru a nu le cădea părul, și la streșinile caselor, pentru a le feri de rele, în special de trăsnete.

În aceasta zi, în Bucovina se săvârșeau acte ritualice cu scop apotropaic sau fertilizator. De exemplu, oamenii atârnavă în ramurile pomilor fără de rod vițe de castraveți și cruci de busuioc sfințit crezând că, în modul acesta, vor beneficia de rod bogat în toamna viitoare.

Ziua Crucii – Obiceiuri traditionale la români



Ziua Crucii – este denumirea populară a sărbătorii ortodoxe “Înălțarea Sfintei Cruci”. În această zi se consideră că pământul, deschis pentru plante, reptile și insecte la Alexii (17 martie), se închide, cele două sărbători marcând, în Calendarul Popular, două anotimpuri: vara și iarna. Totodată această zi este considerată hramul municipiului Bârlad.

Ziua Crucii este data ce vesteste sfârșitul verii și începutul toamnei. Principalele obiceiuri și practici de schimbare a anotimpului călduros (vara) cu unul rece (toamna) sunt concentrate în jurul echinocțiului de toamnă și se manifestă cu ocazia unor sărbători religioase sau populare ce ating maximul la Ziua Crucii. La 14 septembrie se celebrează descoperirea, pe Muntele Golgota, de către împărăteasa Elena, a crucii pe care a fost răstignit Iisus și înfățișarea ei creștinilor, în Biserica Învierii din Ierusalim, în anul 355 d.H. Aflând Constantin împăratul despre crucea pe care primise Mântuitorul patimile și moartea, a trimis pe mama sa Elena la Ierusalim să-o aducă.

Semnificatia Crucii

Crucea este arma cea mai puternică a Domnului Hristos și a omului. Prin cruce s-a blagoslovit pământul când dracul a dus pe Dumnezeu în cele patru părți ale noului pământ cu gând să-l arunce în apa fără sfârșit. Prin cruce s-a sfințit cerul, care era al diavolului, luându-se din stăpânirea lui. Prin crucea ferestrei (cerceveaua) s-a sfințit casa, izgonindu-se diavolul din ea. Prin semnul crucii se sfințeste în fiecare zi omul. Crucea ajută când necuratul și duhurile rele stau să primejduiască un creștin. Omul scapă numai dacă de-o spaimă dacă își aduce aminte în ce zi a săptămânii a fost, în anul acela, Ziua Crucii

Datini Tradiții Obiceiuri

De Ziua Crucii se posteste (e bine chiar să se țină post negru) și se fac praznice. Oamenii merg la biserică și dau de pomană ulcele noi, pline cu apă curată, miere sau mied, împodobite cu fir roșu, acoperite cu un colăcel/covrig și o lumânare. Se aduc la biserică buchete de flori și frunze cu care se înconjoară Sf. Cruce. Nu se mănâncă fructe care au ceva cu înfățișare de cruce: usturoi, nuci, pepeni, prune. La 14 septembrie se închide pământul. Calendarul popular consemnează această zi și sub alte denumiri cum ar fi Cârstovul Viilor sau Ziua Șarpelui. Sub prima denumire, ziua este cunoscută mai ales în zonele deluroase și sudice ale ținutului, în zonele viticole, marcând începutul culegerii viilor, iar sub denumirea de Ziua Șarpelui este cunoscută pretutindeni. Acum se crede că șerpii și alte reptile încep să se retragă în ascunzișurile subterane, hibernând până în primavara următoare, la 17 martie (Alexiile). În lumea satelor încă se mai crede că șerpii, înainte de a se retrage, se strâng mai mulți la un loc, se încolăcesc și produc o mărgică numită “piatra nestemată”, folosite pentru vindecarea tuturor bolilor. De Ziua Crucii se strâng ultimele plante de leac (boz, micșunele, mătrăgună, năvalnic) ce se duc, împreună cu buchetele de flori și busuioc, la biserică, pentru a fi puse în jurul crucii și a fi sfințite. Plantele sfințite se păstrează, apoi, în casă, la icoane sau în alte locuri ferite, fiind folosite la nevoie în vindecarea unor boli.

Adrian Paunescu – Ce frumoasa esti

*Ce frumoasă ești în prag de iarnă,
Ninge disperat asupra ta,
Cerul peste tine se răstoarnă,
Țurțurii în plete vor suna.*

*Hai să fim doi oameni de zăpadă
Ridicați de brațe de copii,
Care-n frig și ger mai știu să creadă
Că se pot iubi, se pot iubi.*

*Ce frumoasă ești în prag de vară,
Când miroși a mere ce se coc,
Cerul în flința ta coboară
Trupul meu din trupul tău ia foc.*

*Focurile noastre se cunună,
Focurile noastre se-nțeleg,
Suntem baza lumii împreună
Suntem vara focului întreg.*

*Ce frumoasă ești în prag de toamnă,
Ca o zi egală între nopți,
Când iubirea noastră te condamnă
Să ai soarta strugurilor copti.*

*Să înveți, iubito, să te bucuri
Că ți-am dat din jertfă un destin,
Și că via asurzând de struguri,
Va trăi definitiv în vin.*

*Ce frumoasă ești în primăvară,
Cea mai minunată-ntre femei,
Iezii pasc năframa ta ușoară,
Tu, cu muguri, bluza ți-o închei.*

*Sigilat de taine nepătrunse
Cerul bate drumul tău îngust,
Trupul tău de muguri și de frunze
De la cine să învăț să-l gust?*

Toamnă tăcută

În galbene frunze se alină tăcerea.
tomnatică păsări în zborul senin,
tăcute-s. iar aerul viața le cere
și stau nemișcate în golul păgân.

Coroana stejarilor falnici, de aur,
se pierde. aruncă fulgii în gol.
se rupe, tăcut, o melodie din flaut,
și-mbracă în noapte frigul sub sol...



E TOTUL RÂNDUIT SĂ SE ÎNTÂMPLE

George Tarnea

*Cum sa traiesti frumos fara iubire,
Cum sa visezi, saumbli, ori sa zbori,
Cum sa cuprinzi nelinistea din zori
Si pacea din amurg dintr-o privire?*

*Cum sa inoti prin marile de flori,
Cum sa te bucuri de intreaga fire
Si viata ta sa-si afle implinire
Fara minunea care da flori?*

*E totul randuit sa se intample-
Cu simplitatea unei adieri-
Cand de lumina sufletul se umple,*

*Dar daca-n schimbul sterpei mangaieri
Ghetarii uril se ivesc la temple,
Nu-ti vei afla iertarea nicaleri.*

poezie de Petru Carare

*Din pomul verde si frumos
Mai cade-o frunza, inca una...
Si se astern covor pufos -
Asa e toamna-ntotdeauna!*

*Si pasari zi de zi se duc,
Si vezi doar una cite una...
Precum o frunza-n virf de nuc -
Asa e toamna-ntotdeauna!*

*Pe drum, pe case si pe flori
Frumoase brume-si pun cununa...
Se-ascunde soarele in nori -
Asa e toamna-ntotdeauna*

Magda Isanos – Saruta-ma

*Saruta-mi ochii grei de-atâta plâns,
Doar sarutarea ta ar fi în stare
Să stinga focul rău ce i-a cuprins,
Să-i umple de iubire si de soare.*

*Saruta-mi gura, buzele-nclestare
Ce vorba si surâsul si-au pierdut.
Iti vor zambi din nou inseninate
Si-ndragostite ca si la-nceput.*

*Saruta-mi fruntea, gândurile rele
Si toate indoielile-or să moara,
In loc vor naste visurile mele
De viata noua si de primavara.*

Școala



Școala nu mai începe pe 15 septembrie.

Anul școlar 2011-2012 nu mai începe de pe 15 septembrie. O tradiție veche de când e școala românească se încheie, oficial, începând de anul școlar viitor. Ministrul educației a anunțat că elevii se vor prezenta în prima zi de școală pe data de 12 septembrie. Cursurile anului școlar 2011-2012 se vor termina pe 23 iunie 2012.

Regula va fi ca de acum încolo școala să înceapă într-o zi de LUNI și să se termine într-o zi de VINERI.

Vacanțele vor fi mult mai rare - practic elevii vor avea, începând din toamnă, doar trei vacanțe. Față de patru până acum.

Semestrul I începe luni, 12 septembrie 2011 și durează până pe 23 decembrie 2011. Asta înseamnă că toate lucrările și tezele semestriale trebuie susținute de elevi până la această dată. Până acum semestrul I se încheia la sfârșitul lunii ianuarie.

Tezele din semestrul I se dau mai devreme, materia trebuie predată mai repede

Vacanța de Crăciun începe din 24 decembrie și durează până pe 13 ianuarie 2012

Semestrul al II-lea începe din data de 16 ianuarie 2012 și până pe 6 aprilie vor fi cursuri.

Vacanța de Paște începe din 7 aprilie și tine până pe 22 aprilie

Continuă apoi școala din 23 aprilie până pe 22 iunie când se încheie Semestrul al II-lea.

Neschimbată rămâne vacanța preșcolarilor și a elevilor din clasele primare, care au în continuare pauza de o săptămână. Ca o noutate, săptămâna dinaintea vacanței de primavară se va numi "școala altfel". Nu se vor mai face ore, ci activități sportive, lecții de gătit sănătos, cursuri de siguranță pe internet.

Vacanța de vara începe din 23 iunie și tine până pe 9 septembrie.

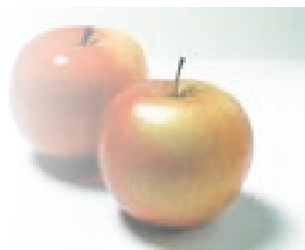
Pe 10 septembrie va începe anul școlar 2012-2013.

Vacanța de vară va fi, așadar, mai scurtă cu o săptămână.

Prof.Tuta Ciobanu



CULTURA



Zâmbește și tu!!

Există o cale simplă și sigură de a ne simți bine, pe cât se poate, în fiecare zi, clipă de clipă, pe parcursul zilelor, anilor, vieții. Cum? E simplu! Tot ceea ce trebuie să facem este să zâmbim Pentru că zâmbetul ne schimbă atitudinea, starea de spirit și, de ce nu, viața, indiferent dacă suntem sau nu conștienți de acest lucru. Zâmbetul înseamnă până la urmă o stare de fericire.

Legi nescrise spun că energiile de același fel se atrag între ele, iar atunci când zâmbim nu numai că ne simțim mai bine, ci și atragem energii pozitive. Un zâmbet adevărat este un semn de dragoste, o degajare de energie pozitivă cu efecte miraculoase asupra noastră și a celor din jur. Ați observat oare vreodată că cei care sunt mereu zâmbitori sunt capabili și dispuși să dăuiască, dar și să primească dragoste?

Oricui i s-a întâmplat să fie îngrijorat gândindu-se la anumite probleme sau absorbit fiind de grijile zilnice să întâlnească, fie și un necunoscut, care i-a zâmbit și să-i întoarcă zâmbetul, involuntar, dus parcă de o magie. Pentru o fracțiune de secundă omul a uitat toate necazurile, a conștientizat, poate, că toate problemele se pot rezolva. Pentru că un zâmbet sincer are o putere miraculoasă.

O persoană zâmbitoare aduce bucurie în sufletul oamenilor, aduce lumină vieții și duce ea însăși o viață mai liniștită și mai fericită. Tocmai de aceea, nu uita că dacă zâmbești cuiva, poți ajuta acea persoană să se împace cu ea însăși, cu viața și grijile ei. Pentru că un zâmbet este neprețuit. Chiar

Mergi!

.. După un strop de fericire în fiecare clipă a vieții tale. Pentru că scopul final al tuturor lucrurilor pe care le facem pe parcursul vieții este să fim fericiți. Și pentru a fi fericiți trebuie să învățăm să ne bucurăm de prezent, să nu legăm sentimentul de fericire de îndeplinirea unor dorințe uneori greu realizabile sau de iluzii deșarte a căror finalizare acceptabilă poate să dureze zile, săptămâni, luni sau poate chiar ani.

Nimeni nu poate fi fericit mereu, în orice clipă a vieții sale, dar există stări care te fac să simți că te apropii de ea - entuziasmul, bucuria, mulțumirea, plăcerea, recunoștința - trepte care te urcă spre fericire.

Sigur, lucruri neplăcute sunt la tot pasul și n-ai cum să le eviți, dar a reuși să trăiești clipe de fericire chiar și în aceste condiții este o deprindere pe care trebuie să o capeți.

Prin urmare, să fim mulțumiți cu ceea ce suntem pentru că o trăire interioară pozitivă ne dă o stare de bine ce ne face să radiem. Să ne simțim bine cu noi înșine, bucurându-ne de lucrurile simple, să ne recăpătăm încrederea în noi, în ceea ce suntem, și cei din jur ne vor percepe la fel, adică așa cum vrem noi să ne perceapă.

Să nu lăsăm o stare de bine ce ne stăpânește să treacă neobservată, să căutăm lucruri mărunte care aduc bucurie.

Să zâmbim tuturor din toată inima, să ne oferim mici bucurii, să alungăm rigiditatea impusă de viața cotidiană, să fim noi înșine și vom vedea că zâmbetul, bucuriile ni se întorc înzecit. Așa că... de ce n-am alerga după un strop de fericire? Nu-i greu și nici epuizant. Epuizantă e doar nefericirea pe care o atragem inconștient.

Gânduri mărețe!

Nu gândiți și nu spuneți despre voi decât ceea ce doriți să fiți în realitate. Persoanele care se plâng mereu, de orice, – că sunt obosite, că nu au noroc, că le urmărește ghinionul, că muncesc zadarnic și nu sunt apreciate -, nu-și dau seama că nu fac decât să-și adâncească și să-și încrusteze adânc în minte aceste nemulțumiri, uneori imaginare, ale căror creatori sunt ele însele. Și, până la urmă, toate acestea devin realitate.

De aceea, nu admiteți nici o clipă că sunteți bolnavi, abătuți sau nemulumiți - aceste gânduri negative vor deveni realitate și vă vor influența viața. Pentru că suntem cu toții rezultatul gândurilor noastre și ajungem întocmai așa cum noi înșine ne apreciem. Obiceiul de a vedea zilnic în noi o ființă tinzând spre perfecțiune, care să facă totul ca la carte, creează pentru a proteja lumea, ne conferă o nestramutată încredere, o minunată putere și încurajare permanentă.

Dacă doriți să porniți pe o cale oarecare, îndreptați-vă gândurile în acea direcție, dându-le o cât mai mare putere posibilă, concentrați-vă atenția asupra lor până când veți simți că devin aproape realitate. Treptat, ființa slabă, imperfectă, creată de puterea gândurilor noastre negative, va fi înlocuită de omul care ne dorim să fim, cu idealuri și vise împlinite. De aceea trebuie să veghem ca dorințele și gândurile noastre să fie mereu înalte, nobile, folositoare.



Daca discuti cu cineva...

a) Nu monopolizati discutia. Chiar daca aveti talent de povestitor, chiar daca ati picat in dimineata. aceea de la Polul Nord. Desigur ca acolo ati vazut foci, balene, morse, pinguini si alte ciudatenii pe care ceilalti nu le cunosc decit din poze, televiziune sau dintr-un film documentar. E oare un motiv ca sa vorbiti neintrerupt intreaga seara?

b) Evitati sa incepeti majoritatea frazelor cu „Eu” si „Am...”. V-ar pune intr-o lumina nefavorabila. Ar parea ca in mijlocul lucrurilor va situati dv., adica ati fi centrul pamantului.

c) Nu trageți concluzii dupa fiecare afirmatie a interlocutorilor dv. si evitati generalizarile. Un caz auzit sau povestit atunci nu va da acest drept.

d) Vorbirea iute, „muscarea” terminatiilor, trancaneala repetata, monotona a aceleiasi idei, fie ea chiar geniala, con-versatia taraganata, afectata - toate duc la rezultate sigure:

* daca sunteti gazda — oaspetii se scuza si va parasesc in graba; e tirziu, sunt obositi, locuiesc departe, se scoala devreme, copilul... ;

* daca sunteti invitat — creati in jurul dv. un vid; acest obicei repetat de citeva ori va creeaza o fama de neinvidiat;

* daca sunt nevoiti sa va suporte — cu prima ocazie au sa va evite. S-au imbolnavit. Sunt in provincie. Fac o partida de pescuit...

e) Aveti incertitudini in privinta sensului unor neologisme?. Ocoliti-le si paziti-va de ele pina nu le cunoasteti sensul real, felul si locul intrebuintarii. Dindu-le viata pocit, e1e vor inconjura incaperea. , reintorcindu-se sub forma. jnor zimbete ironice sau chiar sub o infatisare mai hada. De multe ori, in discutii, sint pomenite denumiri geografice, numele unor actori, scriitori sau personalitati ale vietii publice mondiale. Nu cunoasteti pronuntia corecta? intrebati: Sa nu va jenati! Nimeni nu va poate pretinde sa fiti poliglot! Cu toate acestea ape1ati si la dictionar.

f) Aveti dreptate. Nu o data, ci de o suta de ori. Cu toate acestea nu intrerupeti vorbitorul. Acest „bruiaj fatiș” voluntar sau intimplator produce o impresie penibila. Cel intrerupt pierde firul ideilor, se enerveaza, ii stricati seara. Aveti o parere contrara? Perfect! Stapiniti-va suvoitul ideilor si cascada argumentelor pina la sfirsitul frazei. Caci nu e fraza sa nu aiba... capat. Atunci expuneti-va parerea linistit.

g) Simtiti ca nu rezistati? Doriti sa reabilitati adevarul, fie si intr-o problema minora? Atunci nu fiti crud, ironic si violent in exprimare si formulare. Menajati femeile si varstnicii de astfel de iesiri si nu faceti exceptie nici cu ceilalti oaspeti. Vorbind calm santeti mai degraba ascultat, caci limba dulce, mult aduce!

h) In timp ce-i vorbiti interlocutorului, priviti-l in ochi, privirea in laturi sau aiurea creeaza impresia de om nesincer sau distrat;

i) In formularea ideilor folositi-va numai de arsenalul vocabularului; nu folositi ca auxiliare degetele, mainile sau uneori chiar picioarele.

j) Sustinerea afectiva a parerii e necesara, dar nu e suficienta si nici eficienta. Demonstratia se cladeste cu argu-mente logice, rationale.

k) Nu va aprindeti in toiul discutiei si nu promiteti lucruri pe care nu le puteti indeplini; veti fi socotit un om usuratic etc.;

l) Nu contraziceti de dragul originalitatii; nu aprobatii lucruri de care nu sinteti sigur, dar nu e recomandabil nici sa le respingeti frontal uneori;

m) Adversarul a avut mai multe argumente; in plus, e mult mai documentat. Deci, ati fost invins pe „campul de bataie” al vorbei. Nu va parasiti interlocutorul cu aer de om jignit. Intrerupeti discutia politicos sau - ceea ce e mai greu - lasati-va convins.

n) In conversatiile in grup, vorbeste tu mai putin decit ceilalti. A vorbi putin, nu inseamna incultura sau prostie ci, taria personalitatii.

o) Cand esti intr-un contact de stabilire a unei relatii noi, vorbeste tu intai, fiind in sa atent sa prinzi momentul de a-i da cuvantul celuilalt: acesta este lucrul cel mai important.

p) Nu pune niciodata intrebari cu privire la aspecte negative ce apartin pretenerului de conversatie sau vreunei per-soane mult apropiate acestuia ("De ce boala sufera sotul tau?"; "Cum n-ai luat examenul?"; "N-aveai decit un an de la casatorie, ai si divortat?").

q) Ocoleste orice forma de barfa. N-o rosti si nici n-o asculta!

director cultural prof. Tuța Ciobanu